

# Acoso Virtual



Hoy en día utilizar una red social o acceder a cualquier página de internet es muy común, pero ¿qué pasa cuando no se le da el uso adecuado y se utiliza este medio para realizar bromas o burlas sobre alguien? A esto se le llama acoso virtual



El acoso virtual es un problema muy común en niños y adolescentes. Causando un gran impacto en las víctimas debido a que las burlas y humillaciones son vistas por muchas personas en corto tiempo. Estas acciones pueden ocasionar daño psicosocial en los individuos que lo padecen, desencadenando sentimientos depresivos, ansiedad, miedo, problemas para concentrarse y en casos más graves, ideas suicidas.



Las formas de acoso virtual incluyen palabras y acciones, algunas de ellas pueden ser:

- Enviar mensajes agresivos a alguien.
- Compartir fotos vergonzosas de amigos o compañeros.
- Inventar y/o difundir historias falsas sobre alguna persona.
- Decir a otros que ignoren a alguien o lo excluyan de las actividades.

Ignora cualquier correo electrónico o mensaje instantáneo insultante.

Cambia tus contraseñas constantemente para disminuir el riesgo de que puedan hackear tus cuentas.

## Cómo puedes evitar el acoso virtual.



Configura tus perfiles como privados y agrega únicamente a las personas que conozcas.

Es importante que almacenes cualquier correo electrónico, mensaje instantáneo o páginas Web que contengan material intimidante, si la persona que te acosa te sigue molestando. Esto con la intención de tener evidencias sobre el ataque y poder actuar legalmente.

Si quieres denunciar violencia cibernética puedes acercarte a:

Policía Cibernética de la Comisión Nacional de Seguridad: al número telefónico 088, el cual opera las 24 horas del día, los 365 días del año. También puedes realizar denuncias a través de la cuenta de Twitter [@CEAC\\_CNS](#) o a los correos: [ceac@cns.gob.mx](mailto:ceac@cns.gob.mx), [policia.cibernetica@ssp.df.gob.mx](mailto:policia.cibernetica@ssp.df.gob.mx)